

[Mehr Leistungen](#) [Mehr Bonus](#) [Mehr Service](#) [Mehr Gesundheit](#) [Über uns](#)



Gesundheitsnewsletter

12/2017

Sehr geehrte Frau Mustermann,

ho ho ho, ruft es bald vor den Türen. Nun heißt es, in den Endspurt zu starten und die letzten Geschenke zu besorgen oder die vier Wände weihnachtlich zu dekorieren. Verfallen Sie jedoch nicht in Hektik! Von uns gibt es ein paar Tipps, wie Sie stressfrei durch die Weihnachtsfeiertage kommen. Und bis zum Heiligen Abend versüßen wir Ihnen die Zeit mit unserem Online-Adventskalender. Machen Sie mit!

An dieser Stelle möchten wir Ihnen weitere gute Nachrichten überbringen, denn unser günstiger Beitragssatz von 15,2 Prozent bleibt auch in 2018 stabil. Damit sind Sie als Mitglied der IKK gesund plus auch im nächsten Jahr bei einer der wirtschaftlichsten Krankenkassen in Deutschland versichert.

Wir wünschen Ihnen eine besinnliche Weihnachtszeit im Kreise Ihrer Familie und einen erfolgreichen, gesunden Start ins neue Jahr.

Ihre IKK gesund plus

Servicetelefon

 **0800 8579840**

rund um die Uhr zum Nulltarif

Medizinische Beratung

 **0180 2 455726**

rund um die Uhr erreichbar
(6 Cent pro Anruf, Mobilfunk max. 42 Cent pro Minute)

 [Kontakt / CallBack-Service](#)

 [IKK-WebCenter](#)

 [Mitglieder werben Mitglieder](#)



Stressfreie Weihnachten

Weihnachtszeit, schönste Zeit? Für viele Familien wird das Fest zunehmend anstrengender zwischen all den Verabredungen, Pflichten und hohen Erwartungen. Lesen Sie unsere Tipps für ein entspanntes Weihnachtsfest.



IKK-Adventskalender im Endspurt

Die Weihnachtsfeiertage klopfen bald an die Tür. Noch bis 24. Dezember öffnen sich die Türchen unseres Adventskalenders. Einfach die Frage des Tages beantworten und mit etwas Glück tolle Preise gewinnen!

LESEPROBE



Schlittschuhlaufen

Unser Tipp für die kalte Jahreszeit: Schlittschuhlaufen festigt Ihre Bein-, Becken- und Rückenmuskeln und trainiert zudem Ihren Gleichgewichtssinn. Ob auf der Eisbahn oder in der Eishalle – der Spaßfaktor ist garantiert!



Wechseljahre

Die Zeit um den hormonellen Wechsel herum ist für Frauen ein einschneidender Lebensabschnitt. Statt diesen als Abschluss zu sehen, sollten Sie ihn als Chance für Neues nutzen.



Bonus sichern

Lassen Sie sich für Ihr Gesundheitsengagement mit bis zu 300 Euro belohnen und nehmen Sie in 2018 an unserem individuellem Bonusprogramm "ikk aktiv plus" teil. Bestellen Sie bereits jetzt Ihr persönliches Bonusheft.

Newsletter öffnen

Daten aktualisieren

Newsletter abbestellen

IKK gesund plus
Umfassungsstraße 85
39124 Magdeburg
FB Marketing / Öffentlichkeitsarbeit
Tel. 0391 2806-0 Fax: 0391 2806-2219
eMail: redaktion@ikk-gesundplus.de